

給食たより

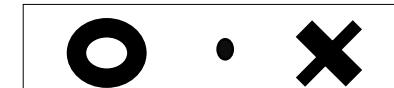
令和3(2021)年12月
大阪市立依羅小学校

寒い日がふえてきました。みなさん、体調はくずしていませんか？
2学期もあと少しです。寒さに負けない体づくりのために、「早ね・早起き・
朝ごはん」を守って、元気にすごせるようにしましょう。
今月は、みなさんに身につけてほしい「食事のマナー」をしょうかいします。

食事のマナー守れているかな？

次の食事のマナーは正しいかな？○か×をえらんでみましょう。

①食事の前には「いただきます」・
②食事中に勝手にせきを立つ。
後には「ごちそうさま」を言う。



③口の中に入れた食べ物
を人に見せる。



④早食いきょうそうをする。



⑤しょっきの音を立てる。



⑥よくかんで食べる。



こんげつ しょくもく 今月のきゅう食目ひょう

食事のマナーを守りましょう。

ひじをついたりせず、しせいよく食べましょう。



12月のこん立よりピックアップ！

冬至（とうじ）の風習

冬至とは、1年のうちで1番短い時間が短く、1番夜の時間が長い日のことです。（今年は12月22日）

かぼちゃ（なんきん）を食べたり、ゆず湯に入ったりするとかぜをひかないという言いつたえがあります。

はつかけ
20日(月)

やきかぼちゃのあまみつけ



かぼちゃは夏にとれる野さいですが、切らずにおいておくと、冬まで持ります。

そのほか 冬至に食べるもの

「ん」が2回つくものを食べると、「運（うん）」をよびこむと言われています

たとえば：にんじん・れんこん・ぎんなん・きんかん

*かぼちゃは別の名前で、なんきんと言います。

マナークイズの答えはうらにあります。